

❖ شرح بیماری

نوزاد نارس به نوزادی گفته می‌شود که قبل از هفته ۳۷ بارداری متولد شود. در نوزادان کمتر از ۳۷ هفته دستگاه‌های مختلف بدن به تکامل کافی نرسیده‌اند و برای تکامل نیاز به زمان می‌باشد. مثلاً در نوزادان نارس به خصوص با وزن کمتر از ۱۶۰۰ گرم دستگاه گوارش نمی‌تواند به خوبی عمل بلع، تخلیه شیر از معده، هضم و جذب شیر را انجام دهد. لذا نوزادان نارس نیاز به مراقبت‌های خاص دارند و والدین شیرخوار نارس بایستی اطلاعات کافی از نحوه مراقبت از نوزاد خود را کسب کنند.



❖ علائم

- ✓ نوزادی که متولد می‌شود در صورتی که نارس باشد دارای مشخصات زیر است:
- ✓ وزن کمتر از ۲/۵ کیلوگرم
- ✓ اندازه کوچک بدن و اندازه بزرگ سر نسبت به کل بدن
- ✓ چربی کم زیر پوست و پوست نازک و براق و صورتی رنگ
- ✓ رگ‌های زیر پوست که قابل مشاهده‌اند.
- ✓ تعداد موهای کم بدن
- ✓ تعداد چین‌های کم در کف پا
- ✓ گوش بسیار نرم و بافت پستان رشد نیافته
- ✓ در نوزادان پسر ممکن است کیسه بیضه پایین نیامده باشد و یا کیسه بیضه، بسیار کوچک باشد.
- ✓ تنفس تند و ضعف در مکیدن شیر
- ✓ خواب بیش از حد

❖ علل شایع

- ✓ علل تولد نوزادان نارس اغلب معلوم نیست. با این حال تولد نوزاد نارس در میان زنان کم سن و زنان میانسال بیشتر می‌باشد. به طور کل موارد زیر باعث افزایش وقوع تولد نوزاد نارس می‌شود:
- ✓ مصرف الکل، سیگار، مواد مخدر، داروهای غیرمجاز حین بارداری

- ✓ سابقه زایمان زودرس و نارسایی سرویکس
- ✓ تنش‌های روحی و فیزیکی
- ✓ استرس و فشارهای روحی روانی
- ✓ وضعیت اقتصادی پایین (کم در آمد) و تغذیه نامناسب در بارداری
- ✓ عدم مراقبت کافی در طول بارداری
- ✓ جنین‌های چندقلو
- ✓ عفونت واژن یا مهبل، عفونت دستگاه ادراری و بیماری‌های مقاربتی در طول دوران بارداری
- ✓ بیماری‌های مادر مانند: HTN - دیابت
- ✓ علل ناشناخته

❖ عوارض احتمالی

- ✓ نوزادی که به صورت نارس متولد می‌شود دارای مشکلاتی به صورت زیر می‌باشد:
- ✓ مشکلات شنوایی، بینایی و تنفسی
- ✓ اختلالات یادگیری در سنین بالاتر
- ✓ در نوزادان نارس، اندام‌های بدن مانند ریه و مغز و سیستم ایمنی کامل رشد نکرده‌اند و در تنظیم حرارت بدن و تنظیم سطح قند خون، دچار مشکل هستند.
- ✓ خونریزی داخل بطنی مغزی

✓ نیمی از نوزادان متولد شده که در هفته ۲۴ تا ۲۸ بارداری به دنیا می‌آیند ممکن است نوعی معلولیت داشته باشند.

### ❖ پیشگیری

مادران باردار برای پیشگیری از تولد نوزاد نارس لازم است موارد زیر را رعایت نمایند:

- ✓ مادر باردار باید رژیم غذایی مناسب داشته باشد.
- ✓ از مصرف مواد مخدر و الکل و دخانیات خودداری کند.
- ✓ اگر درد زایمان در خانم بارداری زودتر از موعد مقرر فرارسید، باید سریعاً به پزشک خود اطلاع دهد و در صورت صلاحدید پزشک، زایمان را با متوقف کردن انقباض‌های رحم به تعویق بیندازد.

✓ بارداری‌ها باید با برنامه‌ریزی و مادر سه ماه پیش از بارداری زیر نظر متخصص زنان یا ماما باشد.

✓ مراقبت‌های بارداری به صورت دوره‌ای و منظم و اقدامات غربالگری و مشاوره‌های ژنتیک در صورت لزوم نیز اقدامات آزمایشگاهی و تصویربرداری (سونوگرافی، بیوفیزیکال و ...) طبق نظر متخصص زنان انجام شود.

✓ زایمان باید در بیمارستان مجهز صورت گیرد که در صورت وجود مشکل برای مادر و نوزاد، امکانات لازم برای نوزاد نارس فراهم باشد.

### ❖ مراقبت

نوزادان نارس پس از تولد به دلیل عدم تکامل دستگاه‌های بدن در بخش مراقبت‌های ویژه نوزادان یا (NICU) در بیمارستان بستری می‌شوند. کارهایی که برای مراقبت کافی از نوزاد نارس باید انجام داد شامل موارد زیر است:

✓ بسیاری از نوزادان نارس، نمی‌توانند گرما را در بدن خود نگه دارند. به همین دلیل در بخش مراقبت‌های ویژه در داخل اتاقک پلاستیکی (انکوباتور) قرار می‌گیرند و گرما برایشان فراهم می‌شود و یا توسط نور لامپ گرم کننده‌ای که به سمت تخت نوزاد می‌تابد، گرمای بدنشان تامین می‌شود.

✓ نوزادان نارس معمولاً می‌توانند هم از شیر مادر و هم از شیر خشک تغذیه کنند، شیر مادر به دلیل پروتئین‌های ویژه‌ای که دارد این امکان را به نوزاد می‌دهد تا از این عفونت‌ها محفوظ بماند و سریع‌تر رشد کند.

✓ به دلیل زایمان زودرس، ریه‌ها و دستگاه تنفسی نوزاد فرصت رشد کافی پیدا نکرده‌اند. این نوزادان در بخش مراقبت‌های ویژه از نظر تنفس هم مورد بررسی و درمان قرار می‌گیرند.

### ❖ معیارهای ترخیص نوزاد از بخش مراقبت‌های

#### ویژه

پزشک زمان ترخیص شیرخوار را با توجه به معیارهای زیر مشخص می‌کند:

✓ آنتی‌بیوتیک‌ها و سرم قطع شده باشد.

✓ شیرخوار حجم کافی شیر را با مکیدن دریافت کند.  
 ✓ نوزاد سابقه‌ای از تشنج و مشکلات تنفسی طی روزهای اخیر نداشته باشد.

✓ نوزاد نیاز به اکسیژن نداشته باشد

### ❖ در چه شرایطی به پزشک مراجعه نمایید؟

✓ در هر زمانی که نوزاد دارای علائمی مانند تب، شیر نخوردن، مکیدن ضعیف، استفراغ‌های مکرر، بی‌حالی و یا تشنج و... شد، بایستی سریعاً به پزشک مراجعه نمایید.

✓ اولین معاینه نوزاد بایستی ۲۴ تا ۴۸ ساعت بعد از ترخیص صورت گیرد. مراجعات بعدی هر هفته یک بار است، تا زمانی که وزن نوزاد به ۲۰۰۰-۲۵۰۰ گرم برسد. پس از آن طبق نظر پزشک مراجعات دو هفته یک بار و سپس ماهیانه می‌باشد.